

Consejos para reuniones y festejos de invierno más seguros

Muchas de las formas tradicionales en las que celebramos las fiestas de invierno implican el contacto con personas que no son miembros del hogar en entornos de grupos grandes. Este año, es importante [planificar con anticipación](#) e identificar alternativas más seguras para reducir el riesgo de propagación de COVID-19. El Departamento de Salud brinda las siguientes consideraciones para ayudar a proteger a las personas y comunidades.

Consideraciones generales

Independientemente de la forma en que elija celebrar las fiestas de invierno, es esencial que tenga en cuenta lo siguiente:

1. **Use un tapabocas de tela** (solo en inglés). Asegúrese de que el tapabocas cubra perfectamente la nariz y la boca.
2. **Evite los lugares pequeños y cerrados.** Las actividades al aire libre son más seguras que las actividades en lugares cerrados. Si no es posible participar en un evento al aire libre y elige asistir a uno en un lugar cerrado, evite los espacios con muchas personas, mal ventilados y completamente cubiertos. Mejore la ventilación abriendo puertas y ventanas en la medida en que sea seguro y viable teniendo en cuenta el clima.
3. **Evite el contacto cercano con personas que no sean miembros de su hogar.** Manténgase a al menos 6 pies (2 metros) de distancia de todas las demás personas que no sean parte de su hogar.
4. **Lávese o desinfectese las manos con frecuencia.** Use agua y jabón durante al menos 20 segundos, en especial después de haber estado en un lugar público o después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no dispone de agua y jabón, utilice un desinfectante para manos que contenga, al menos, un 60 % de alcohol.
5. **Quédese en casa si está enfermo o estuvo expuesto a alguien con COVID-19 recientemente.** Si está enfermo, tiene síntomas de COVID-19 o estuvo en contacto con alguien a quien se le diagnosticó COVID-19, quédese en casa y manténgase alejado de los demás.

Se recomienda	No se recomienda
<ul style="list-style-type: none"> • Actividades de menos riesgo: <ul style="list-style-type: none"> ○ Reunirse con miembros inmediatos de su familia. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participar en reuniones, eventos o fiestas de invierno con personas que no son miembros del hogar que violan las restricciones de reunión descritas en el Plan de Comienzo Seguro del

<ul style="list-style-type: none"> ○ Decorar o recorrer su vecindario, pueblo o ciudad para ver las luces navideñas. ○ Escribirle cartas a Santa y llevarlas al buzón. ○ Fotografías y llamadas virtuales con Santa. ○ Enviarles tarjetas navideñas por correo a sus seres queridos. ○ Organizar reuniones o concursos en línea para las fiestas (decoración de galletas, casas de galletas de jengibre, etc.). ○ Realizar una fiesta virtual para mirar una película festiva. ○ Cantar villancicos en línea. ○ Hacer compras en línea. ○ Organizar caminatas festivas. ○ Hornear los alimentos en casa. <ul style="list-style-type: none"> ● Actividades de menor riesgo: <ul style="list-style-type: none"> ○ Dejarles los regalos en la puerta a sus amigos y familiares o enviarles los obsequios a sus casas. ○ Organizar actividades al aire libre, como batallas de bolas de nieve o paseos en trineo o con raquetas para la nieve. Si las lleva a cabo con personas que no son miembros de su hogar, usen mascarillas, mantengan distancia y reúnanse en grupos pequeños. 	<p>gobernador Inslee. Obtenga más información sobre las restricciones de reunión (solo en inglés) para cada fase.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Cantar villancicos con grupos grandes. ● Tener contacto cercano con personas que no sean miembros de su hogar. Por ejemplo, hacer fila para tomarse una fotografía sentado en el regazo de Santa. ● Hacer celebraciones de fin de año en el trabajo, la escuela, centros religiosos o en la comunidad.
---	--

Más información y recursos sobre la COVID-19

Manténgase actualizado sobre la situación [actual de la COVID-19 en Washington](#), [las órdenes del gobernador Inslee](#) (en inglés y español), [los síntomas](#), [cómo se propaga](#) y [cómo y cuándo las personas pueden realizarse pruebas](#) (solo en inglés). Para obtener más información, visite nuestra página de [preguntas frecuentes](#).

La raza, etnia o nacionalidad de una persona no implican un mayor riesgo de contraer COVID-19. Sin embargo, los datos revelan que la COVID-19 afecta desproporcionadamente a las comunidades de color. Esto se debe a los efectos del racismo, en particular, al racismo estructural, que deja a algunos grupos con menos oportunidades de protegerse y proteger a sus comunidades. [Los estigmas no contribuyen a combatir la enfermedad](#) (solo en inglés). Comparta información precisa con los demás para evitar que se propaguen rumores y desinformación.

- [Departamento de Salud del Estado de WA, brote del nuevo coronavirus 2019 \(COVID-19\)](#)
- [Respuesta del Estado de WA ante el coronavirus \(COVID-19\)](#)
- [Encuentre su departamento o distrito de salud local](#) (solo en inglés)
- [Información sobre el coronavirus \(COVID-19\) de los CDC](#)
- [Recursos para reducir los estigmas](#) (solo en inglés)

¿Tiene alguna otra pregunta sobre la COVID-19? Llame a nuestra línea directa al **1-800-525-0127**, de lunes a viernes, de 6 a. m. a 10 p. m. El horario de atención los fines de semana es de 8 a. m. a 6 p. m. Si necesita servicios de interpretación, **presione numeral (#)** cuando contesten y **diga su idioma**. Si tiene preguntas relacionadas con su salud, la prueba de COVID-19 o los resultados de esta, comuníquese con su proveedor de atención médica.

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 ([servicio telefónico de Washington para personas con problemas de audición y del habla](#)) o enviar un correo electrónico a civil.rights@doh.wa.gov.